

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PUTRA PESERTA  
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1  
BANJARNEGARA PROVINSI JAWA TENGAH**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :  
Aji Satrio Bowo  
NIM. 08601244013

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2015**

## **PERSETUJUAN**

**Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Dasar Bola Basket Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah” yang disusun oleh Aji Satrio Bowo, NIM 08601244013 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.**



**Yogyakarta, 27 Januari 2015**  
**Pembimbing,**

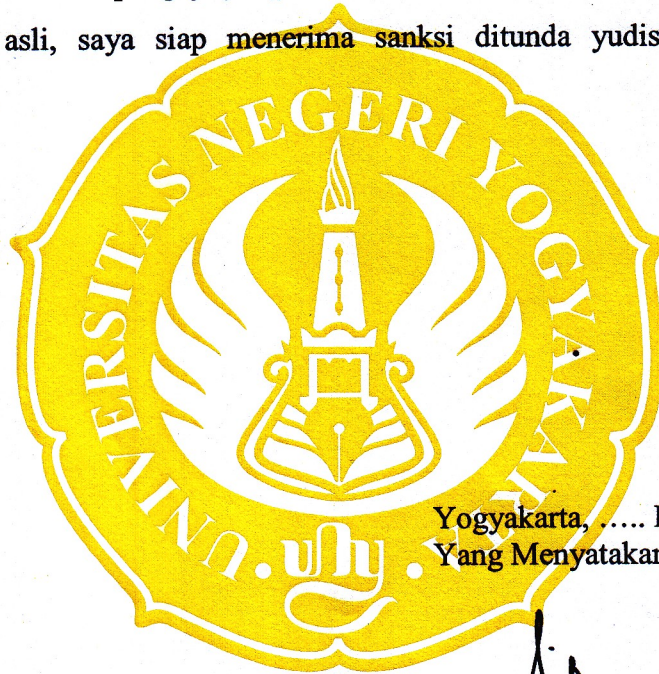
**Tri Ani Hastuti, M.Pd.**  
**NIP. 19720904 200112 2001**



## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Tingkat Keterampilan Dasar Bola Basket Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah”** benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tandatangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli, jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.



Yogyakarta, ..... Maret 2015  
Yang Menyatakan,

Aji Satrio Bowo  
NIM. 08601244013



## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul **“TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1 BANJARNEGARA PROVINSI JAWA TENGAH”** yang disusun oleh Aji Satriyo Bowo, NIM 08601244013 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 17 Februari 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Tri Ani Hastuti, M.P	Ketua Penguji		24/3 2015
Ahmad Rithaudin, M.Or	Sekretaris Penguji		19/3 2015
Dr.Sri Winarni	Penguji I		24/3 2015
Aris Fajar Pambudi, M.Or	Penguji II		19/3 2015

Yogyakarta, ..... Maret 2015

Fakultas Ilmu Keolahragaan



Dekan  
Drs. Rusepis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 001

## **MOTTO**

“Untuk mencapai kesuksesan, kita jangan hanya bertindak, tapi juga perlu bermimpi, jangan hanya berencana, tapi juga perlu untuk percaya”

(Anatole France)

“ Ilmu itu lebih baik daripada harta. Ilmu dapat menjaga pemiliknya, sedangkan harta memerlukan penjagaan dari pemiliknya. Harta akan habis jika dibelanjakan, sedangkan ilmu akan bertambah jika diberikan kepada orang lain.

(Ali Bin Abu Tholib)

“Sesungguhnya barang siapa yang menempuh perjalanan dalam rangka, mencari ilmu, maka Allah SWT akan melapangkan jalannya ke surga”

(H.R. Muslim)

“Semoga kita bisa slalu bersyukur atas keterbatasan yang kita miliki, karena dari keterbatasan itu kita akan menemukan jalan untuk memperbaiki diri, dan dari rasa syukur itu kita akan merasa lebih berarti”

(Penulis)

## **PERSEMBAHAN**

Karya ini kupersembahkan untuk:

Ibuku yang terbaik, Ibu yang tersayang, Ibu yang Penyabar dan Almarhum Bapak yang luar biasa dengan segenap jiwa raga mereka berdua selalu menyayangi, mencintai, mendo'akan, menjaga serta memberikan motivasi dan pengorbanan tak ternilai di kehidupan Ananda Aji, serta tidak lupa saudara-saudaraku yg tercinta dan tersayang, mbak Widiastuti yang tidak henti-hentinya slalu memberikan dukungan dan nasehat-nasehat yang baik, serta mbak Endang yang banyak mengajarkan tentang pentingnya perjuangan hidup, dan tidak lupa ponakan-ponakanku yang Insyaallah sholeh dan sholehah, serta cantik dan ganteng dek Husna, Hasya, Dini, Zahra, Kukuh, Bayu, dan Farel.

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BOLA BASKET PUTRA PESERTA  
EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1  
BANJARNEGARA PROVINSI JAWA TENGAH**

**Oleh  
Aji Satrio Bowo  
08601244013**

**ABSTRAK**

Peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara memiliki perbedaan kemampuan individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah.

Desain dalam penelitian ini yaitu penelitian deskriptif kuantitatif yaitu tentang tingkat keterampilan dasar bola basket putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara yang berjumlah 16 peserta, sampel dalam penelitian ini yaitu sampel populasi atau seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket yang berjumlah 16 orang. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan instrumen tes keterampilan bermain bola basket dari Sekolah Tinggi Olahraga (STO) Yogyakarta, dengan validitas sebesar 0,804 dan reliabilitas sebesar 0,893 sedangkan pengumpulan data yaitu menggunakan tes *passing*, *dribbling*, dan *shooting* dari Analisis data deskriptif dengan prosentase.

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa: tingkat keterampilan dasar bermain bola basket putra pada peserta ekstrakurikuler bola basket SMA N 1 Banjarnegara masuk dalam kategori baik yaitu 10 siswa peserta ekstrakurikuler bola basket atau (62,5 %).

*Kata Kunci : keterampilan dasar bermain bola basket*

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan tugas akhir skripsi dengan judul “Tingkat keterampilan dasar bola basket putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah.” dapat diselesaikan dengan lancar.

Selesainya penyusunan tugas akhir skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh perkuliahan di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Rumpis Agus Sudarko, M.S., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian
3. Bapak Amat Komari, M.Si, Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga (POR), yang merangkap sebagai ketua program studi PJKR, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
4. Bapak Drs. Suhadi, M.Pd., Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan, arahan dan saran-saran selama menempuh perkuliahan.
5. Ibu Tri Ani Hastuti, M.Pd. Pembimbing Skripsi, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalumemberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.



6. Seluruh dan staf jurusan POR yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
7. Teman-teman PJKR kelas C 2008, terimakasih kebersamaannya.
8. Untuk almamaterku FIK UNY.
9. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini tetap terselesaikan.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapat imbalan yang melimpah dari Allah SWT. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun selalu diharapkan demi perbaikan-perbaikan pada masa yang akan datang. Diharapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Yogyakarta, ..... Maret 2015  
Penulis,



Aji Satrio Bowo  
NIM. 08601244013

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>MOTTO</b> .....	v
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>ABSTRAK</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian.....	9

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

A. Kajian Teoritik.....	11
1. Hakikat Keterampilan.....	11
2. Hakikat Permainan Bola Basket.....	12
3. Hakikat Keterampilan Dasar Permainan Bola Basket.....	14
4. Karakteristik Siswa.....	20
5. Pengertian Ekstrakurikuler.....	24
B. Penelitian Yang Relevan.....	25
C. Kerangka Berfikir.....	26

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian.....	28
---------------------------	----

B. Definisi Oprasional Variabel Penelitian.....	28
C. Populasi Penelitian.....	29
D. Lokasi Penelitian.....	30
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	30
F. Teknik Analisis Data.....	35
 <b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	37
B. Pembahasan.....	41
 <b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN-SARAN</b>	
A. Kesimpulan dan Saran.....	45
B. Implikasi Penelitian.....	45
C. Keterbatasan Penelitian.....	46
C. Saran.....	46
 <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	48
 <b>LAMPIRAN.....</b>	50

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Skala T-score Untuk Tes Kecakapan Bermain Bola Basket SMU.....	34
Tabel 2. Norma Penilaian.....	36
Tabel 3. Norma Penilaian Nilai Keterampilan Bermain Bolabasket.....	36
Tabel 4. Statistik Penelitian Keterampilan <i>Passing</i> .....	37
Tabel 5. Statistik Penelitian Keterampilan <i>Dribble</i> .....	38
Tabel 6. Statistik Penelitian Keterampilan <i>Shooting</i> .....	39
Tabel 7. Statistik Penelitian Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket.....	40



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lemparan Dada Bola Basket.....	16
Gambar 2. Lemparan Pantul Bola Basket.....	16
Gambar 3. Lemparan Atas Kepala.....	17
Gambar 4. Menggiring Bola.....	18
Gambar 6. Histogram Keterampilan <i>Passing</i> .....	38
Gambar 7. Histogram Keterampilan <i>Dribble</i> .....	39
Gambar 8. Histogram Keterampilan <i>Shooting</i> .....	40
Gambar 8. Histogram Keterampilan Dasar Bermain Bola Basket.....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Pengesahan.....	51
Lampiran 2. Surat Permohonan Izin.....	52
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian.....	53
Lampiran 4. Petunjuk Pelaksanaan Penelitian.....	57
Lampiran 5. Data Hasil Tes.....	59
Lampiran 6. Hasil <i>T-Score</i> .....	60
Lampiran 7. Foto Penelitian.....	61

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (UU No.20 SISDIKNAS, 2003).

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia di era global ini. Kemajuan teknologi di berbagai bidang yang terus berkembang menuntut kita untuk memiliki pengetahuan atau wawasan yang memadai di berbagai bidang yang ada dalam kehidupan sehari-hari. Untuk itu diharapkan dengan adanya pendidikan manusia dapat mengembangkan pengetahuan, keterampilan, dan kreatifitasnya untuk bisa sejajar dengan perkembangan teknologi yang ada. Agar hal tersebut dapat tercapai salah satu faktor yang menentukan adalah proses pembelajaran khususnya di sekolah sebelum seseorang terjun langsung dalam masyarakat.

Dalam proses pembelajaran di sekolah seorang guru harus dapat menciptakan suasana belajar yang kondusif, nyaman, dan menyenangkan sehingga peserta didik dapat aktif mengembangkan potensi dirinya. Dalam menciptakan suasana belajar tidak boleh lepas dari norma yang ada untuk

mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Proses pembelajaran yang nyaman, menyenangkan, dan menuntut peserta didik lebih aktif dalam kegiatan pembelajaran bisa didapat melalui mata pelajaran pendidikan jasmani.

Menurut Nixon & Jewett dalam Arma Abdoellah (1996: 2) bahwa pendidikan jasmani adalah satu aspek dari proses pendidikan keseluruhan yang berkenaan dengan perkembangan dan penggunaan kemampuan gerak individu yang sukarela dan berguna serta berhubungan langsung dengan respon mental, emosional, dan sosial. Dalam sistem pendidikan nasional salah satu mata pelajaran yang wajib untuk dilaksanakan adalah pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani siswa secara langsung dituntut untuk bergerak aktif selama proses pembelajaran. Karena pada hakikatnya pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik. Pada kenyataannya pendidikan jasmani tidak hanya meningkatnya aspek fisik saja. Tujuan yang ingin dicapai melalui pendidikan jasmani pun mencakup pengembangan individu secara menyeluruh. Tujuan dari pendidikan jasmani menurut Rusli Lutan (Caly Setiawan dkk, 2009: 21), tujuan yang ingin dicapai bukan saja perkembangan aspek fisik tetapi juga aspek mental, sosial, dan moral.

Untuk dapat mencapai tujuan pendidikan jasmani yang mencakup banyak aspek tersebut bukanlah hal yang mudah. Diperlukan kerjasama dari berbagai komponen seperti dinas pendidikan, guru penjas, dan peserta didik. Seperti yang kita ketahui banyak orang yang menganggap pendidikan jasmani itu kurang penting karena masyarakat belum melihat secara pasti dan jelas



manfaat yang didapatkan dengan adanya pendidikan jasmani di sekolah. Salah satu faktornya adalah kurangnya jam pelajaran yang disediakan bagi mata pelajaran pendidikan jasmani untuk para peserta didik. Dalam satu minggu aktif peserta didik hanya mendapatkan 2 jam pelajaran pendidikan jasmani. Sangat tidak sebanding dengan mata pelajaran yang lain, dan hanya dengan 2 jam pelajaran selama satu minggu tentu saja manfaat yang dirasakan oleh para peserta didik juga tidak optimal. Sehingga muncul pendapat masyarakat bahwa kegiatan pendidikan jasmani kurang penting. Hal tersebut berkaitan erat dengan kurikulum yang tersedia untuk pendidikan jasmani, yang hanya memberikan sedikit ruang untuk pendidikan jasmani dalam proses pembelajaran di sekolah.

Salah satu komponen dasar dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang terdapat dalam kurikulum, dan untuk SMA Negeri 1 Banjarnegara menggunakan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP) untuk sekolah menengah atas adalah “Mempraktikkan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri (Muhajir, 2006: 5)”. Di SMA Negeri 1 Banjarnegara memiliki 2 kelas untuk program IPS, dan 7 kelas untuk program IPA. Berdasarkan uraian tersebut maka dipilihlah permainan bola basket untuk memenuhi kompetensi dasar yang disebutkan.

Permainan bola basket menjadi salah satu materi yang diajarkan pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SMA Negeri 1 Banjarnegara. Secara umum peserta didik memiliki keterampilan yang

berbeda-beda dalam melakukan aktivitas jasmani, dalam hal ini adalah permainan bola basket. Permainan ini memang termasuk salah satu permainan yang populer di kalangan SMA, tetapi karena teknik dasarnya yang kompleks dan peraturan permainan yang susah dipahami membuat banyak peserta didik yang tertarik untuk lebih aktif dalam proses pembelajaran bola basket yang diadakan di luar jam pelajaran atau dalam kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam bermain bola basket. Penguasaan suatu keterampilan motorik merupakan sebuah proses dimana seseorang mengembangkan seperangkat respon ke dalam suatu pola gerak terkoordinasi (Rusli Lutan, 1988: 95). Jadi jika peserta didik dapat melakukan pola gerak dasar bermain bola basket secara terkoordinasi, terorganisir, dan terpadu, maka peserta didik sudah dapat menguasai keterampilan gerak dasar bermain bola basket.

SMA Negeri 1 Banjarnegara memiliki kegiatan yang sifatnya ekstrakurikuler baik dalam bidang olahraga maupun dalam pelajaran lain di luar pendidikan jasmani, ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Banjarnegara dilaksanakan di luar jam pelajaran dilatih oleh guru mata pelajaran atau mengambil pelatih dari luar sekolah yang berkompeten dengan bidang yang dibutuhkan. Ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegar sendiri menggunakan pelatih dari luar sekolahan dimana dalam kegiatannya peserta ekstrakurikuler bola basket dibagi menjadi kelompok putra dan kelompok putri dan berbeda hari pelaksanaannya.

Upaya peningkatan dalam keterampilan bermain bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara dilakukan dengan memberikan berbagai kegiatan dalam ekstrakurikuler bola basket diantaranya diberikan berbagai macam teknik dasar dalam permainan bola basket sampai dengan diberikan berbagai macam teknik dalam penyerangan dan bertahan, sehingga siswa peserta ekstrakurikuler bola basket mampu mengaplikasikan materi dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap pelatih ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara, dapat diuraikan tentang keadaan kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara yang antara lain yaitu: Ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Banjarnegara di bagi menjadi 2 macam yaitu ekstrakurikuler regular (team inti sekolah) dan ekstrakurikuler non regular (team bayangan/bukan team inti sekolah). SMAN 1 Banjarnegara memiliki 2 pelatih bola basket, yaitu untuk pelatih tim putra dan tim putri dibedakan.

Peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara adalah semua siswa kelas XI,XII, dan XIII semester 1 mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Banjarnegara, dan bagi siswa yang pernah meraih prestasi atau piagam penghargaan bola basket saat SMP diwajibkan mengikuti ekstrakurikuler bola basket. Waktu pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMAN 1 Banjarnegara dilakukan 2 kali dalam 1 minggu, yaitu hari Senin dan Kamis, waktu efektif kegiatan 2 jam, yang dimulai dari jam 15.00-17.00 WIB yang diikuti oleh seluruh peserta

ekstrakurikuler bola basket baik putra maupun putri, yang meliputi team regular dan non regular. Khusus untuk ekstrakurikuler team regular/team inti, apabila mendekati pertandingan resmi, waktu latihan ekstrakurikuler bola basket akan ditambah menjadi 7 kali pertemuan dalam 1 minggu/setiap hari, waktu efektif latihan 2 jam dan waktu pelaksanaan biasa dilakukan pagi atau sore hari.

Lokasi kegiatan pelaksanaan ekstrakurikuler Bola basket di SMAN 1 Banjarnegara ada 2 tempat pelaksanaan Ekstrakurikuler bola basket yaitu di lapangan bola basket PEMDA dan lapangan bola basket sekolah, kedua kondisi lapangan bisa dikatakan cukup baik untuk menunjang pelaksanaan Ekstrakurikuler bola basket, tetapi lapangan yang sering digunakan adalah lapangan PEMDA hal ini dikarenakan lapangan PEMDA sudah semi indor jadi lebih efektif untuk melakukan latihan apabila terjadi cuaca yang kurang mendukung, semisal hujan. Selain itu banyak pertandingan yang diselenggarakan di lapangan PEMDA, jadi apabila pemain/peserta ekstrakurikuler bola basket sering berlatih di lapangan PEMDA, diharapkan pemain akan lebih mengenal karakter lapangan dengan baik dan diharapkan dapat menunjang hasil prestasi yang baik/maksimal dalam pertandingan yang diikuti.

Jumlah peserta ekstrakurikuler bola basket  $\pm 30$  orang, dengan rincian 20 putra dan 10 putri yang meliputi kelas XI, XII, dan XII. Khusus *event* besar Popda dan *event* yang lainnya yang berhak mengikuti hanya kelas XI dan XII. Sarana dan prasarana yang dimiliki untuk kegiatan ekstrakurikuler bola



basket cukup memadai, sekolah menyediakan bola basket dan kun untuk menunjang latihan. Dari segi dukungan sekolah pada ekstrakurikuler bola basket dapat dikatakan cukup mendukung, pada saat latihan dalam menghadapi *event* sekolah selalu memberikan menyediakan konsumsi kepada anak-anak/siswa yaitu berupa minuman dan makanan kecil, dan apabila meraih prestasi pada *event-event* kejuaraan yang diikuti, sekolah memberikan hadiah/penghargaan.

Dalam tahun terakhir dari tahun 2013 sampai dengan tahun 2014 Prestasi Bola Basket yang dimiliki SMAN 1 Banjarnegara adalah juara 1 bintang muda cup pada tahun 2013, juara 1 POPDA Kabupaten 2013, juara 1 POPDA Karesidenan 2013, kemudian pada POPDA Provinsi tahun 2013 SMA Negeri 1 Banjarnegara mampu bertahan sampai pada babak penyisihan. Selanjutnya pada tahun 2014 memperoleh juara 2 pada POPDA Kabupaten.

Berdasarkan uraiandi atas baik latar belakangkegiatan dan peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara sudah dapat dikatakan cukup mendukung dari beberapa aspek. Namun mengingat di SMA Negeri 1 Banjarnegara memiliki program ekstrakurikuler yang sangat berkembang maka kegiatan ekstrakurikuler bola basket harus bisa lebih inovatif dan kreatif dalam memodifikasi materi untuk menciptakan suasana belajar yang dapat memotivasi siswa untuk aktif dalam proses latihan.

Observasi yang dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara menemukan beberapa masalah yang salah satunya yaitu: dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket siswa tidak

semuanya memiliki kesamaan kemampuan, sehingga dalam pelaksanaan latihan perlu diberikan kekhususan pada setiap siswa untuk dapat mengembangkan kemampuan menjadi lebih baik.

Berdasarkan uraian di atas dapat dijelaskan tentang ketrampilan dasar bermain bola basket peserta ekstrakurikuler yang berbeda-beda memberikan gagasan bagi peneliti untuk dapat melakukan observasi dan penelitian tentang tingkat keterampilan bermain bola basket pada siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket. Sehingga peneliti ingin mengetahui bagaimana tingkat keterampilan dasar bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara. Untuk menjawab permasalahan tersebut peneliti harus melakukan tes kecakapan bermain bola basket yang diambil dari STO Yogyakarta (Sekolah Tinggi Olahraga).

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut di atas dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Kurangnya pemahaman ketrampilan dasar bola basket dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah.
2. Kemampuan ketrampilan dasar bola basket siswa peserta ekstrakurikuler bola basket putra di SMA Negeri 1 Banjarnegara belum di ukur.
3. Siswa lebih suka dalam pelaksanaan langsung pada permainan, tanpa mau belajar tentang pendalaman teknik dasar terlebih dahulu.

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas terdapat beberapa masalah yang muncul, oleh karena itu agar penelitian ini dapat lebih spesifik dan fokus, dan dengan mempertimbangkan keterbatasan peneliti, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada tingkat keterampilan bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : Seberapa besar tingkat keterampilan dasar bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara.

### **F. Manfaat Penelitian**

Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan hasil yang diperoleh dapat memberikan pengetahuan atau wawasan. Adapun manfaat secara praktis adalah sebagai berikut:

## **1. Manfaat Praktis**

- a. Dapat diketahui tingkat keterampilan siswa dalam bermain bola basket, sehingga dapat digunakan sebagai acuan bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan bermain bola basket.
- b. Bagi guru penjasorkes dapat digunakan sebagai acuan untuk mengembangkan, membina olahraga permainan bola basket dalam proses pembelajaran, dan juga dapat digunakan acuan untuk menyusun program latihan dalam ekstrakurikuler bola basket untuk prestasi.
- c. Sebagai sumbangan bagi pihak sekolah untuk meningkatkan dan mengembangkan kegiatan-kegiatan yang berhubungan dengan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan.
- d. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk menambah wawasan, dan dapat dijadikan komparasi bagi peneliti untuk masa yang akan datang.
- e. Dapat memberikan sumbangan pemikiran tentang bagaimana praktek tes dan pengukuran tingkat keterampilan bermain bola basket



## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Hakikat Keterampilan**

Keterampilan sangat berperan penting dalam kehidupan manusia agar dapat beraktifitas sehari-hari. Banyak kegiatan yang kita lakukan membutuhkan suatu keterampilan khusus. Suatu keterampilan dapat diperoleh seseorang dengan berlatih secara rutin dan berkesinambungan agar pola gerak yang dilakukan dapat terkoordinasi dengan baik. Dalam kehidupan sehari-hari dapat dikatakan bahwa berjalan, melompat, berlari, bermain alat musik, dan berkendara, adalah suatu keterampilan.

Penguasaan suatu keterampilan motorik merupakan sebuah proses dimana seseorang mengembangkan seperangkat respon ke dalam suatu pola gerak terkoordinasi, terorganisasi, dan terpadu (Rusli Lutan, 1988: 95). Jadi jika seseorang dapat melakukan pola gerak yang terkoordinasi, terorganisir, dan terpadu, dapat dikatakan orang tersebut memiliki tingkat keterampilan yang baik pada suatu pola gerak tertentu.

Keterampilan dalam melakukan suatu olahraga tertentu tidak bisa didapatkan dengan mudah. Perlu dilakukan latihan yang terus menerus dan berkesinambungan agar seseorang dapat menguasai pola gerak olahraga tertentu yang terkoordinasi, terorganisir, dan terpadu. Selain itu hasil yang diperoleh dalam melakukan keterampilan olahraga harus maksimal dengan pengeluaran energi dan waktu yang minimal.

Menurut Schmidt yang dikutip oleh Among Ma'mun dan Yudha (2000: 61) keterampilan merupakan kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian maksimum dan pengeluaran energi dan waktu yang minimum.

Dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah suatu pola gerak terkoordinasi, terorganisir, dan terpadu, yang dilakukan dengan tujuan tertentu, untuk mendapatkan hasil yang maksimal dengan pengeluaran energi dan waktu yang minimal.

## **2. Hakikat Permainan Bola basket**

Permainan bola basket banyak digemari para kalangan remaja, baik sebagai pelaku atau pemain maupun hanya sebagai penonton pertandingan bola basket. Hampir setiap sekolah pada jenjang SMA memiliki tim bola basket untuk mewakili sekolahnya pada kejuaraan-kejuaraan yang diselenggarakan.

Menurut Dedy Sumiyarsono (2002 :1) permainan bola basket mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak mungkin kebasket (keranjang) lawan, serta menahan lawan agar jangan memasukkan bola kebasket (keranjang) sendiri dengan cara lempar tangkap, menggiring, dan menembak.

Menurut *Federation of International Basketball Association* (2010) permainan bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim yang masing-masing tim terdiri dari 5 pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka. Pertandingan dikontrol oleh wasit, petugas meja, dan

seorang komisioner jika hadir. Tim yang mencetak angka lebih banyak pada akhir waktu permainan akan menjadi pemenang.

Menurut Muhajir (2006 :11) bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain, jenis permainan ini bertujuan untuk mencari angka/nilai sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke ring basket lawan dan mencegah lawan untuk mendapat nilai. Seperti yang dikemukakan oleh Barnes, *“the primary purpose of the game of basketball is to score points and to score more of them than the opponents”* (Mildred J. Barnes, 1976: 3).

Pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bola basket adalah permainan yang dimainkan oleh 2 tim, masing-masing tim terdiri dari 5 orang pemain, yang bertujuan untuk mencetak angka/nilai dengan cara memasukkan bola ke keranjang lawan dan mencegah lawan untuk mendapatkan angka/nilai. Tim yang dinyatakan sebagai pemenang adalah tim yang pada akhir waktu pertandingan mendapatkan angka/nilai tertinggi.

Proses kegiatan ekstrakurikulerbola basket di sekolah khususnya SMA tentu saja berbeda dengan pelatihan bola basket di klub-klub basket. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikulerbola basket saat jam selesai sekolah dan biasanya dilaksanakan sorehari menuntut siswa untuk aktif melakukan aktifitas fisik yang berhubungan dengan teknik-teknik bermain bola basket dengan tujuan utama agar siswa lebih mendalami dan mampu bermain bola basket yang benar. Berbeda dengan pembelajaran atau pelatihan di klub bola basket.

### **3. Hakikat Keterampilan Dasar Permainan Bola basket**

Dalam permainan bola basket seorang pemain dituntut untuk dapat bergerak secara efektif dan efisien. Dalam pergerakan tersebut juga harus didukung penguasaan teknik dasar permainan bola basket yang memadai. Keterampilan teknik dasar bola basket adalah keterampilan-keterampilan yang bermanfaat dalam permainan bola basket yang dapat menunjukkan tingkat kemahiran dan derajat keberhasilan seseorang untuk mencapai tujuan secara efektif dan efisien dalam permainan bola basket.

Ada beberapa macam teknik dasar dalam permainan bola basket yang mutlak harus dikuasai seorang individu dalam permainan ini. Karena teknik penguasaan teknik dasar ini sangat berpengaruh untuk mengembangkan teknik dan taktik yang lebih kompleks. Jadi penguasaan teknik dasar sangat penting bagi seseorang jika ingin menjadi pemain dalam permainan bola basket.

Menurut Dedy Sumiyarsono (2002: 12-40) ada beberapa macam teknik dasar dalam permainan bola basket yang harus dikuasai, yaitu :

#### **a. Cara memegang bola**

Cara memegang bola dapat dilakukan dengan satu tangan atau dua tangan. Tetapi agar lebih mudah dan sempurna dalam memegang bola disarankan untuk menggunakan dua tangan, karena bola tidak akan mudah lepas. Cara memegang bola merupakan kunci awal yang menentukan keberhasilan atau kesempurnaan seorang pemain dalam melakukan lemparan, tangkapan, menggiring, atau menembak dengan benar. Posisi telapak tangan merupakan corong besar, sedangkan posisi bola terselip diantara telapak tangan. Posisi

bola melekat dibagian telapak tangan bagian atas, jari-jari membuka lebar dengan rileks, kedua ibu jari terletak dekat dengan badan dibagian belakang bola, menghadap kearah tengah depan.

#### **b. Melempar dan menangkap bola**

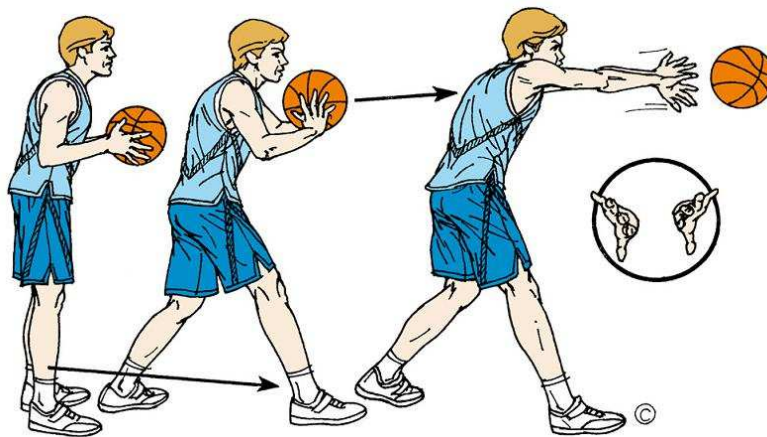
Passing merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bola basket, karena dengan melakukan passing yang baik kita dapat memperoleh kesempatan untuk mencetak angka.

Seperti yang dikemukakan oleh Hal Wissel (2004: 23) yaitu, *“two basic reasons for passing are to move the ball to create good shot opportunities and to maintain possession of the ball, thereby controlling the game”*.

Dalam permainan bola basket terdapat beberapa macam teknik melempar, diantaranya yaitu :

##### **1) Lemparan tolakan dada (*chest pass*)**

Lemparan ini adalah lemparan yang paling banyak digunakan dalam permainan bola basket. Lemparan jenis ini sangat efektif digunakan untuk operan jarak pendek dengan perhitungan kecepatan dan kecermatan. Jarak yang memungkinkan untuk melakukan lemparan ini antara 5 meter sampai 7 meter. Lemparan yang dilakukan akan lebih efektif jika penerima bola tidak sedang dijaga ketat oleh pemain lawan.



**Gambar 1. Lemparan Tolakan Dada Bola basket**  
(Sumber: [fuji17-sharing.blogspot.com/2014/8/passing-dalam-bola-basket.html?m=](http://fuji17-sharing.blogspot.com/2014/8/passing-dalam-bola-basket.html?m=))

## 2) Lemparan pantulan (*bounce pass*)

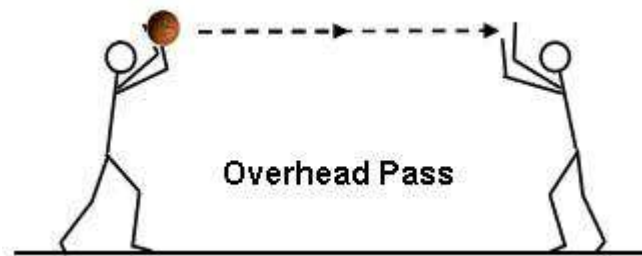
Lemparan pantulan dapat dilakukan dengan dua tangan atau satu tangan. Biasanya lemparan ini dilakukan jika penerima tidak tepat berada dihadapan kita atau terhalang oleh lawan, dapat juga dilakukan karena jarak penerima yang terlalu jauh untuk dijangkau menggunakan lemparan dada. Lemparan ini berguna untuk melakukan terobosan kepada teman jika dihadapan kita terhalang oleh pemain lawan. Dapat dilakukan dengan cara melempar bola ke samping kanan atau samping kiri lawan dan teman kita sudah siap mengejar bola untuk melanjutkan serangan.



**Gambar 2. Lemparan Pantulan Bola basket**  
(Sumber: [fuji17-sharing.blogspot.com/2014/8/passing-dalam-bola-basket.html?m=](http://fuji17-sharing.blogspot.com/2014/8/passing-dalam-bola-basket.html?m=))

### 3) Lemparan di atas kepala (*overhead pass*)

Jenis lemparan ini juga sering dilakukan dalam permainan bola basket, terutama jika seorang pemain menginginkan serangan yang cepat dengan cara mengoper atau melempar bola dari atas kepala menuju ke teman satu tim yang berada jauh di daerah pertahanan lawan. Lemparan ini lebih efektif digunakan oleh seorang pemain yang memiliki postur tubuh yang tinggi, karena bola akan berada di atas kepala lawan melampaui daya raih lawan.



**Gambar 3. Lemparan Atas Kepala Bola basket**  
(Sumber: [fuji17-sharing.blogspot.com/2014/8/passing-dalam-bola-basket.html?m=](http://fuji17-sharing.blogspot.com/2014/8/passing-dalam-bola-basket.html?m=))

Dalam penelitian ini diharapkan siswa dapat melakukan *passing* dengan tepat dan mendapatkan nilai yang banyak. Siswa harus konsentrasi agar perkenaan bola dengan telapak tangan bisa tepat dan mengatur tenaga yang dikeluarkan sehingga mendapat nilai yang baik.

#### **c. Menggiring bola**

Menggiring bola adalah usaha untuk membawa bola menuju sasaran serang. Menggiring bola adalah teknik pertama yang biasanya diajarkan kepada pemain pemula. Adapun kegunaan dari menggiring bola antara lain :

- 1) Usaha cepat menuju ke depan
- 2) Usaha menyusup pertahanan lawan



- 3) Usaha mengacaukan pertahanan lawan
- 4) Usaha membekukan permainan



**Gambar 4. Menggiring bola**  
**Sumber: [tedipermadi.blogspot.com/2014/10/teknik-dasar-permainan-bola-basket.html?](http://tedipermadi.blogspot.com/2014/10/teknik-dasar-permainan-bola-basket.html?)=)**

Tes dan pengukuran untuk menggiring bola dalam penelitian ini dilakukan sambil melewati rintangan yang sudah disediakan. Siswa harus mendapatkan catatan waktu yang minimal agar mendapatkan nilai bagus. Cara yang bisa digunakan adalah, sebaiknya siswa melakukan *dribble* sambil membungkukkan badan dan menggunakan kedua tangan secara bergantian untuk melewati rintangan. Sehingga siswa lebih lincah untuk bergerak dan bisa mengontrol bola dengan baik.

#### **d. Menembakkan bola**

Tujuan dari permainan bola basket adalah memasukkan bola kebasket lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah agar lawan tidak membuat nilai. Untuk itu teknik dasar menembak sangatlah penting dengan tidak meninggalkan teknik-teknik yang lain, sesuai dengan pendapat dari Hal

Wissel, yang mengatkan bahwa, *“shooting is the most important skill in basketball. The fundamental skills of passing, dribbling, defense, and rebounding may enable you to get a high percentage shot”* (Hal Wissel, 2004: 55).

Teknik ini yang sering menjadi konsentrasi para pelatih agar para pemainnya dapat melakukan tembakan yang baik dengan tingkat ketepatan yang tinggi. Sehingga perlu ditanamkan kepada para pemain kapan dan bagaimana tembakan harus dilakukan agar dapat menghasilkan nilai. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tembakan, yaitu :

1) Jarak

Semakin jauh jarak saat kita melakukan tembakan akan semakin sulit dan tidak tepat pula tembakan yang dilakukan. Akan tetapi menembak persis di bawah basket sangat sulit untuk dilakukan.

2) Mobilitas

Melakukan tembakan dengan sikap berhenti (diam) akan lebih mudah dilakukan daripada dengan sikap berlari, melompat, atau memutar.

3) Sikap penembak

Sikap menghadap, menyerong, atau membelakangi basket menentukan sulit tidaknya melakukan tembakan. Sikap menghadap basket akan lebih mudah untuk melakukan tembakan daripada menyerong atau membelakangi basket.

4) Ulangan tembakan

Ulangan tembakan adalah kesempatan yang diperoleh seorang pemain untuk melakukan tembakan, semakin sedikit mendapat jumlah kesempatan akan semakin sulit untuk memperoleh keberhasilan dalam menembak.

#### 5) Situasi dan suasana

Situasi yang terjadi saat pertandingan sangat mempengaruhi berhasil tidaknya tembakan yang dilakukan. Misalnya adanya penjaga yang menghalang-halangi, mengganggu penembak, kelelahan, kecapekan, pengaruh pertandingan baik lawan atau kawan, akan sangat mempengaruhi penembak dalam melakukan tugasnya untuk menghasilkan tembakan yang tepat sasaran.

Tes menembakkan bola ke ring dalam penelitian ini dilakukan selama 1 menit. *Shooting* dalam bola basket dapat dilakukan dari berbagai posisi, tetapi yang diharapkan dalam penelitian ini adalah *shooting under basket*, karena waktu yang dibutuhkan akan lebih efisien untuk melakukan satu kali *shooting*. Hal ini dapat dilakukan dengan cara siswa berdiri di samping kanan atau kiri ring dengan jarak tidak lebih dari 1 meter. Kemudian siswa menembakkan bola ke ring yang sebelumnya dipantulkan ke target yang ada di papan pantul agar lebih akurat untuk mendapatkan poin.

#### 4. Karakteristik Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA)

Perkembangan dan pertumbuhan tiap individu pada masa SMA berbeda-beda. Hal ini mempengaruhi karakteristik tiap-tiap individu pada masa SMA. Pertumbuhan adalah perubahan secara fisiologis sebagai hasil dari proses pematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal pada

anak yang sehat, dalam perjalanan waktu tertentu (Agung Hartono&Sunarto, 2008: 35).

Hasil dari pertumbuhan contohnya adalah bertambahnya ukuran badan seorang anak, seperti panjang, berat, kekuatan,dari tidak ada menjadi ada, dari kecil menjadi besar, dari sempit menjadi luas, dan sebagainya.Menurut Baharuddin (2009: 69) perkembangan atau *development* adalah suatu proses tahapan pertumbuhan ke arah yang lebih maju. Perkembangan melibatkan proses perubahan kualitatif yang mengacu pada mutu fungsi-fungsi organ jasmaniah. Dengan kata lain penekanan arti perkembangan itu terletak pada penyempurnaan fungsi psikologis yang disandang oleh organ-organ fisik.

Dapat disimpulkan bahwa pertumbuhan merupakan perubahan secara fisik, contohnya adalah berat badan dan tinggi badan. Sedangkan perkembangan adalah perubahan secara psikis, contohnya penyempurnaan fungsi psikologis pada individu.

Siswa SMA berada pada masa usia remaja pada rentang usia antara 16-19 tahun. Dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan siswa SMA tentu saja memiliki karakteristik yang berbeda-beda yang dipengaruhi oleh faktor keturunan, lingkungan, dan sebagainya. Menurut Rita Eka Izzaty, dkk (2008: 127-144) karakteristik perkembangan dan pertumbuhan remaja adalah sebagai berikut :

a. Perkembangan Fisik dan Psikoseksual

Masa remaja ditandai dengan percepatan pertumbuhan fisik. Pertumbuhan perkembangan fisik pada akhir masa remaja menunjukkan

terbentuknya remaja laki-laki sebagai bentuk khas laki-laki dan remaja perempuan menjadi bentuk khas perempuan. Pertumbuhan berat badan dan panjang badan berjalan paralel dipengaruhi oleh hormon mamotropik, serta hormon gonadotropik yang mempengaruhi peningkatan kegiatan pertumbuhan dan perkembangan ciri-ciri seks primer dan sekunder.

Perkembangan fisik selalu diikuti oleh perkembangan psikoseksual yang meliputi tanda-tanda pematangan seksual, perbedaan kriteria pematangan seksual, perbedaan permulaan pematangan seksual, perbedaan urutan gejala pematangan seksual, dan perkembangan percintaan remaja.

#### b. Perkembangan Kognisi

Perkembangan kognisi selalu berkaitan dengan kecerdasan. Satu hal yang membedakan antara manusia dengan makhluk lain adalah kemampuan berfikir yang dimilikinya. Sebagaimana aspek lain dalam perkembangan remaja, kecerdasan (kognisi) juga mengalami perkembangan baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Secara kuantitatif intelegensi berkembang semenjak bayi masih berada dalam kandungan. Laju perkembangannya berlangsung sangat pesat mulai usia 3 tahun sampai dengan masa remaja awal. Puncak perkembangan dicapai pada penghujung masa remaja akhir. Pada masa remaja interaksi dengan teman sebaya lebih bermanfaat dibanding dengan orang dewasa. Individu remaja memiliki kemampuan introspeksi (berfikir kritis tentang dirinya), berfikir logis, berfikir berdasarkan hipotesis, menggunakan simbol-simbol, dan berfikir fleksibel berdasarkan kepentingan. Lingkungan sosial, keluarga, kematangan, peran perkembangan kognitif

sebelum tahap operasional, budaya serta institusi sosial, sangat berpengaruh terhadap perkembangan kognitif remaja tersebut.

c. Perkembangan Emosi, Sosial, dan Moral

Pada masa remaja terjadi ketegangan emosi yang bersifat khas sehingga masa ini disebut masa badai 7 topan. Kepekaan emosi yang meningkat sering diwujudkan dalam bentuk, remaja lekas marah, suka menyendiri, adanya kebiasaan nervous, seperti gelisah, cemas dan sentimen, menggigit kuku dan garuk-garuk kepala.

Interaksi sosial dengan orang lain sudah dimulai sejak masa bayi dengan cara yang sangat sederhana. Pada tahun pertama kehidupan, interaksi sosial anak sangat terbatas, yang utama adalah dengan ibu dan pengasuhnya. Pada usia remaja pergaulan dan interaksi sosial dengan teman sebaya bertambah luas dan kompleks dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya termasuk pergaulan dengan lawan jenis.

Moral adalah ajaran tentang baik buruk, benar salah, akhlak, aturan yang harus dipatuhi dan sebagainya. Maka moral merupakan kendali, kontrol dalam bersikap dan bertingkah laku sesuai dengan nilai-nilai kehidupan, yaitu norma yang berlaku dalam masyarakat. Tingkah laku moral yang sesungguhnya terjadi pada masa remaja. Masa remaja sebagai periode masa muda yang harus dihayati betul-betul untuk dapat mencapai tingkah laku moral yang otonom. Eksistensi moral sebagai keseluruhan merupakan masalah moral, hal ini harus dilihat sebagai hal yang bersangkutan dengan nilai-nilai atau penilaian.

## **5. Pengertian Ekstrakurikuler**

Menurut Moh. Uzer Usman & Lilis Setiawati (1993: 22), ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi.

Menurut Yudha M. Saputra (1999: 6), menyatakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya.

Lebih lanjut Uzer Usman & Lilis Setiawati (1993: 22) menyatakan bahwa, kegiatan ekstrakurikuler dapat dilaksanakan baik secara perseorangan maupun kelompok. Kegiatan perseorangan dimaksudkan untuk meningkatkan pengetahuan, penyaluran bakat serta minat siswa. Sedangkan kegiatan kelompok dimaksudkan untuk pembinaan masyarakat.

Yudha M. Saputra (1999: 8) juga menambahkan bahwa, unsur pokok dalam kegiatan kokurikuler dan ekstrakurikuler berkenaan dengan perencanaan kegiatan anak, yaitu kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan selama bersekolah dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan. Sama halnya dengan kegiatan yang lain, ekstrakurikuler juga memiliki tujuan tertentu, pencapaian tujuan yang dalam kegiatan ini umumnya lebih memuaskan anak

didik karena dilakukannya lebih bersifat rekreatif dan kekeluargaan tanpa menutup kemungkinan diberikan sangsi kepada anak yang tidak disiplin.

Menurut Moh. Uzer Usman & Lilis Setiawati (1993: 22), ekstrakurikuler bertujuan antara lain:

- a. Meningkatkan pengetahuan siswa dalam aspek kognitif maupun afektif.
- b. Mengembangkan bakat serta minat siswa dalam upaya pembinaan pribadi menuju manusia seutuhnya.
- c. Mengetahui, mengenal, serta membedakan hubungan antara satu mata pelajaran dengan yang lainnya.

## **B. Penelitian yang Relevan**

1. Kiswanto (2011), judul penelitian “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola basket Siswa Putra SMA N 1 Temon Kabupaten Kulonprogo”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa putra SMA Negeri 1 Temon Kulon Progo tahun ajaran 2010/2011. Berdasarkan uraian judul penelitian di atas dapat dijelaskan tentang kesamaan dari penelitian ini yaitu sama-sama meneliti tentang tingkat keterampilan bermain bola basket untuk tingkat Sekolah Menengah Atas dan untuk sampel juga sama menggunakan sampel siswa putra. Selanjutnya untuk hasil dari penelitian Kiswanto yaitu sebagai berikut: Jumlah sampel 42 siswa putra. Diperoleh hasil 2 siswa kategori sangat baik, 15 siswa kategori baik, 13 siswa kategori cukup, 10 siswa kategori sedang, 2 siswa kategori kurang, 0 siswa kategori kurang sekali, 0 siswa kategori jelek.



2. Sulistiyo (2010), judul penelitian “ Tingkat Keterampilan Bola basket yang Dimodifikasi pada Siswa Peserta ekstrakurikuler bola basketI SMA Piri 1 Yogyakarta Tahun Ajaran 2008/2009”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bola basket yang dimodifikasi pada siswa peserta ekstrakurikuler bola basketI di SMA Piri 1 Yogyakarta. Berdasarkan penjelasan di atas dapat ditarik suatu kesamaan antara penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan data dari hasil keterampilan bermain bola basket dan menggunakan siswa dari ekstrakurikuler. Untuk hasil dari penelitian Sulistiyo yaitu: jumlah sampel 17 siswa putra dan 13 siswa putri. Hasil untuk siswa putra terdapat 3 siswa kategori baik, 4 siswa kategori cukup, 9 siswa kategori kurang, dan 1 siswa kategori kurang sekali. Sedangkan untuk siswa putri terdapat 6 siswa kategori sedang, 6 siswa kategori kurang, dan 1 siswa kategori kurang sekali.

### **C. Kerangka Berfikir**

Permainan bola basket menjadi salah satu materi pembelajaran di SMA Negeri 1 Banjarnegara. Dalam proses pembelajaran peserta didik diajarkan bagaimana melakukan teknik dasar bola basket yang baik dan benar sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Tingkat keterampilan bermain bola basket siswa SMA Negeri 1 Banjarnegara sangat bervariasi. Hal tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, seperti faktor mental, dan aktivitas fisik. Faktor-faktor yang ada harus saling melengkapi untuk mendukung meningkatnya keterampilan siswa dalam bermain bola basket. Namun saat ini belum

diketahui tingkat keterampilan bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara. Berdasarkan uraian di atas perlu dilakukan penelitian tentang tingkat keterampilan bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara. Untuk mendapatkan hasil yang valid diperlukan suatu tes kecakapan bermain bola basket yang dilengkapi dengan standar penilaian dan norma. Untuk itu digunakan tes keterampilan bermain bola basket dari STO Yogyakarta (Sekolah Tinggi Olahraga) yang dikutip oleh Ngatman (2001: 10-17). Ada 3 item tes yang akan dilakukan menurut STO Yogyakarta, yaitu : memantulkan bola ke tembok selama 15 detik, menggiring bola melewati penghalang, dan menembakkan bola ke ring selama 1 menit.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yaitu tentang tingkat keterampilan dasar bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara. Dalam penelitian ini peneliti hanya ingin mengetahui tingkat keterampilan bermain bola basket siswa dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di Sekolah Menengah Atas (SMA).

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan tes dan pengukuran untuk memperoleh data yang nyata. Tes dan pengukuran yang dilakukan menggunakan tes kecakapan bermain bola basket dari Sekolah Tinggi Olahraga (STO) Yogyakarta (Ngatman, 2001: 10-17). Data yang terkumpul kemudian dimasukkan dalam norma penilaian yang sudah tersedia untuk menentukan tingkat keterampilan bermain bola basket siswa.

#### **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Penelitian ini hanya menggunakan satu variabel atau variabel tunggal, yaitu keterampilan dasar bermain bola basket putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara, yang meliputi ketrampilan *passing*, *dribble*, *shooting*, dan diukur menggunakan tes ketrampilan dasar bola basket STO.

Lebih jelasnya mengenai pengertian dari setiap keterampilan bola basket yaitu: Passing merupakan salah satu teknik yang sangat penting dalam permainan bola basket, karena dengan melakukan passing yang baik kita dapat memperoleh kesempatan untuk mencetak angka.

Seperti yang dikemukakan oleh Hal Wissel (2004: 23) yaitu, *“two basic reasons for passing are to move the ball to create good shot opportunities and to maintain possession of the ball, thereby controlling the game”*.

Menggiring bola adalah usaha untuk membawa bola menuju sasaran serang. Menggiring bola adalah teknik pertama yang biasanya diajarkan kepada pemain pemula.

Shooting merupakan Teknik yang sering menjadi konsentrasi para pelatih agar para pemainnya dapat melakukan tembakan yang baik dengan tingkat ketepatan yang tinggi. Sehingga perlu ditanamkan kepada para pemain kapan dan bagaimana tembakan harus dilakukan agar dapat menghasilkan nilai. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tembakan

### **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009:297). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara yang berjumlah 16 peserta.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2009: 118). Dalam penelitian ini menggunakan sampel populasi, karena sampel yang digunakan adalah keseluruhan dari jumlah populasi, atau seluruh peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara.

#### **D. Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Banjarnegara tahun ajaran 2014/2015. Berdasarkan letak geografis SMA Negeri 1 Banjarnegara Provinsi Jawa tengah.

#### **E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

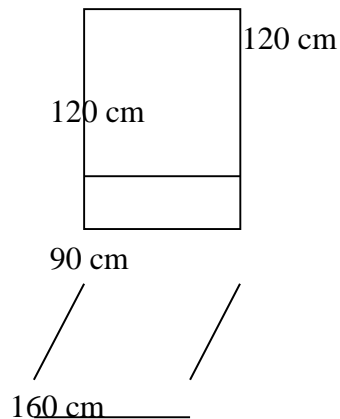
##### **1. Instrumen penelitian**

Pada prinsipnya seseorang melakukan sebuah penelitian adalah untuk melakukan pengukuran, jadi harus ada suatu alat ukur yang baik. Menurut Sukardi (2011: 75) secara fungsional kegunaan instrumen penelitian adalah untuk memperoleh data yang diperlukan ketika peneliti sudah menginjak pada langkah pengumpulan informasi di lapangan. Alat ukur dalam sebuah penelitian disebut instrumen penelitian. Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2009: 148).

Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah tes keterampilan dasar bermain bola basket yang dikutip dari STO Yogyakarta (Sekolah Tinggi Olahraga). Instrumen tes ini memiliki validitas sebesar 0.804, dan reliabilitas sebesar 0.893.

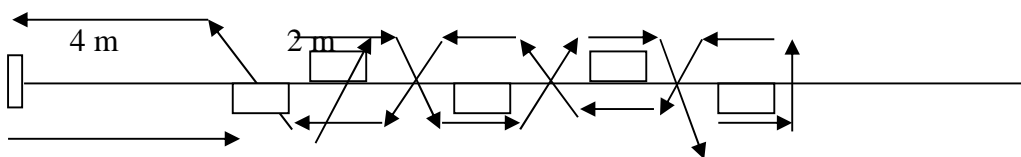
Pelaksanaan tes dilakukan dengan cara menilai keterampilan bermain bola basket, yaitu :

- a. Memantulkan bola ke tembok dengan jarak 160 cm ke arah dinding dengan sasaran sebuah tembok yang telah diukur dengan ukuran panjang 120 cm dan lebar 120 cm.



**Gambar 6. Instrumen memantulkan bola ke tembok, sumber (Ngatman, 2001: 11)**

- b. Menggiring bola melewati rintangan 5 buah bangku yang berjarak masing-masing bangku 2 meter. Jarak dari garis start ke bangku pertama 4 meter. Penilaian tes ini adalah waktu saat menggiring bola dihitung mulai aba – aba “ya” sampai testi melampaui garis finish.



**Gambar 7. Instrumen menggiring bola, sumber (Ngatman, 2001: 11)**

- c. Menembakkan bola ke ring selama 1 menit. Testi berdiri bebas di dekat ring. Penilaian yang dilakukan adalah banyaknya bola yang dapat

dimasukkan ke dalam ring selama satu menit. Apabila aba – aba stop telah diberikan sedangkan bola sudah lepas dari tangan dan masuk ke dalam ring, maka tetap dihitung satu poin.

## **2. Teknik pengumpulan data**

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2009: 308).

Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran yang dikutip dari STO Yogyakarta (Sekolah Tinggi Olahraga).

Penelitian diawali dengan memberikan pemanasan kepada testi untuk mengurangi resiko cedera saat melakukan tes. Urutan tes yang dilakukan adalah tes memantulkan bola ke tembok 15 detik, tes menggiring bola melewati rintangan, dan tes menembakkan bola ke ring 1 menit. Sebelumnya peneliti memberikan petunjuk yang harus dilakukan oleh testi agar tidak terjadi kesalahan saat melakukan tes. Tiap-tiap item tes dilakukan sebanyak 2 kali dan hanya diambil nilai atau hasil yang terbaik saja. Berikut adalah deskripsi pelaksanaan tes yang dilakukan :

### **a. Memantulkan bola ke tembok**

Pada saat aba-aba “Siap” siswa berdiri dibelakang garis batas menghadap ke arah sasaran. Pada aba-aba “Ya” pantulkan bola ke arah sasaran sebanyak-banyaknya selama 15 detik. Pantulan yang syah apabila bola memantul pada garis atau dalam daerah sasaran dan dilakukan dari belakang

garis batas. Dalam memantulkan bola boleh dilakukan dengan satu atau dua tangan. Jika bola tidak dapat dikuasai dan jauh dari garis batas, bola segera diambil dan kembali ke belakang garis batas untuk memulai pantulan berikutnya sampai waktu habis. Pelaksanaan berhenti setelah aba-aba “Stop”. Hitung pantulan yang syah selama 15 detik.

#### **b. Menggiring bola**

Pada aba-aba “Siap” siswa berdiri di belakang garis start, bola berada di tengah-tengah garis start. Setelah aba-aba “Ya” siswa segera mengambil bola dan menggiringnya sesuai dengan arah atau lintasan yang sudah ditentukan sampai kembali dan melewati garis finish. Dalam menggiring bola boleh berganti tangan asalkan sesuai dengan peraturan bermain bola basket. Pada saat melewati garis finish bola harus tetap digiring. Garis start juga merupakan garis finish. Kecepatan menggiring dihitung dari saat aba-aba “Ya” sampai testi melampaui garis finish. Kecepatan menggiring dihitung sampai sepersepuluh detik.

#### **c. Menembak Bola Ke Ring**

Menembakkan bola ke ring selama 1 menit. Testi berdiri bebas di dekat ring. Penilaian yang dilakukan adalah banyaknya bola yang dapat dimasukkan ke dalam ring selama satu menit. Apabila aba – aba stop telah diberikan sedangkan bola sudah lepas dari tangan dan masuk ke dalam ring, maka tetap dihitung satu poin.



**Tabel 1. Skala T-score Untuk Tes Kecakapan Bermain Bola Basket SMU Putra**

T score	Memantulkan bola	Menggiring bola	Menembak per menit	T score
I	II	III	IV	V
80	26	9,0-9,1	27	80
79		9,2-9,3		79
78		9,4-9,5	26	78
77	25	9,6-9,7		77
76		9,8-9,9	25	76
75		10,0-10,1		75
74		10,2-10,3	24	74
73	24	10,4-10,5		73
72		10,6-10,7	23	72
71		10,8-10,9		71
70	23	11,0-11,1	22	70
69		11,2-11,3		69
68		11,4-11,5	21	68
67	22	11,6-11,7		67
66		11,8-11,9	20	66
65		12,0-12,1		65
64		12,2-12,3	19	66
63	21	12,4-12,5		67
62		12,6-12,7	18	68
61		12,8-12,9		69
60	20	13,0-13,1	17	60
59		13,2-13,3		59
58		13,4-13,5	16	58
57	19	13,6-13,7		57
56		13,8-13,9	15	56
55		14,0-14,1		55
54		14,2-14,3	14	54
53	18	14,4-14,5		53
52		14,6-14,7	13	52
51		14,8-14,9		51
50	17	15,0-15,1	12	50
49		15,2-15,3		49

**Tabel 1. Skala T-score Untuk Tes Kecakapan Bermain Bola Basket SMU Putra**

48		15,4-15,5	11	48
47	16	15,6-15,7		47
46		15,8-15,9		46
45		16,0-16,1	10	45
44		16,2-16,3		44
43	15	16,4-16,5	9	43
42		16,6-16,7		42
41		16,8-16,9		41
40	14	17,0-17,1	8	40
39		17,2-17,3		39
38		17,4-17,5	7	38
37	13	17,6-17,7		37
36		17,8-17,9	6	36
35		18,0-18,01		35
34		18,2-18,3	5	34
33	12	18,4-18,5		33
32		18,6-18,7	4	32
31		18,8-18,9		31
30	11	19,0-19,1	3	30
29		19,2-19,3		29
28	10	19,4-19,5	2	28
27		19,6-19,7		27
26		19,8-19,9		26
25		20,0-20,1		25
24		20,2-20,3		24
23	9	20,4-20,5		23
22		20,6-20,7		22
21		20,8-20,9		21
20	8	21,0-21,1		20

**F. Teknik Analisis Data**

Data yang sudah terkumpul perlu dianalisis agar dapat diambil kesimpulan. Suatu data tidak akan ada artinya jika tidak melalui proses

analisis, maka dari itu analisis data merupakan langkah penting dalam suatu penelitian. Urutan menganalisis data yang diperoleh sebagai berikut:

1. Mencatat angka atau nilai yang diperoleh berdasarkan tes yang telah dilakukan oleh masing-masing testi. Kemudian Nilai yang diperoleh dari tes *passing*, *dribble*, dan *shooting* dikonsultasikan dengan tabel norma penilaian yang merupakan kategori keterampilan dari masing-masing tes.

**Tabel 2. Norma Penilaian *Passing*, *Dribble*, *Shooting* (Anas: 2011).**

Interval Score	Kategori
$M + 1,5SD < X$	Sangat Baik
$M + 0,5SD < X \leq M + 1,5SD$	Baik
$M - 0,5SD < X \leq M + 0,5SD$	Cukup Baik
$M - 1,5SD < X \leq M - 0,5SD$	Kurang Baik
$X \leq M - 1,5SD$	Sangat Kurang

2. Kemudian nilai dari masing-masing tes dirubah menjadi *T-score*.
3. Tiga macam *T-score* tersebut dijumlahkan yang merupakan nilai kecakapan bermain bolabasket.
4. Jumlah *T-score* yang diperoleh kemudian dikonsultasikan dengan tabel norma penilaian kecakapan bermain bolabasket yang telah tersedia dari STO.

**Tabel 3. Norma Penilaian Nilai Keterampilan Bermain Bolabasket (Ngatman: 2001).**

Penggolongan	Jumlah T-score
Baik sekali	222 – ke atas
Baik	193 – 221
Cukup	165 – 192
Sedang	136 – 164
Kurang	107 – 135
Kurang sekali	79 – 108
Jelek	78 – ke bawah

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

Sebelum hasil tes tingkat keterampilan bermain bola basket secara keseluruhan, berikut akan disajikan kategori tingkat keterampilan bermain bola basket per item tes yaitu *passing*, *dribble*, dan *shooting*, yaitu sebagai berikut:

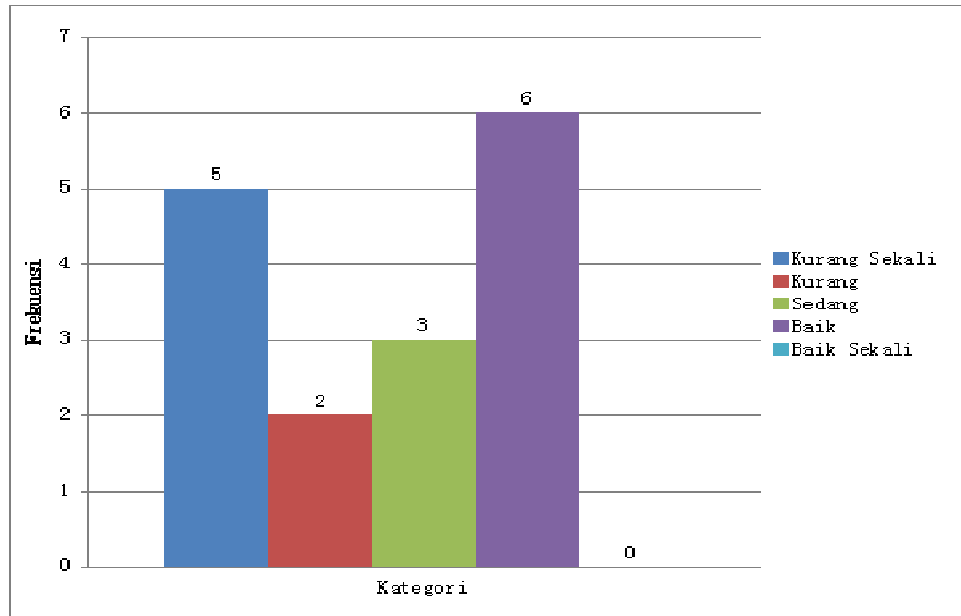
#### 1. Hasil Tes Memantulkan Bola ke Tembok (*Passing*)

Hasil tes keterampilan memantulkan bola ke tembok selama 15 detik setelah data *t-score* memperoleh nilai maksimum sebesar 80, dan nilai minimum sebesar 57. Diperoleh *mean* = 8,4; *median* = 73; dan *modus* = 80; sedangkan *standar deviasi* sebesar 9,2. Berikut adalah tabel distribusi tingkat keterampilan *passing* siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara:

**Tabel 4. Distribusi Tingkat Keterampilan *Passing* Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri 1 Banjarnegara**

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
1	57 - 62	Kurang Sekali	5	31,25
2	63 - 68	Kurang	2	12,5
3	69 - 74	Sedang	3	18,75
4	75 - 80	Baik	6	37,5
5	81 - 86	Baik Sekali	0	0
Jumlah			16	100

Data tersebut di atas jika ditampilkan dalam bentuk histogram adalah sebagai berikut:



**Gambar 5. Tingkat Keterampilan *Passing* Bola basket**

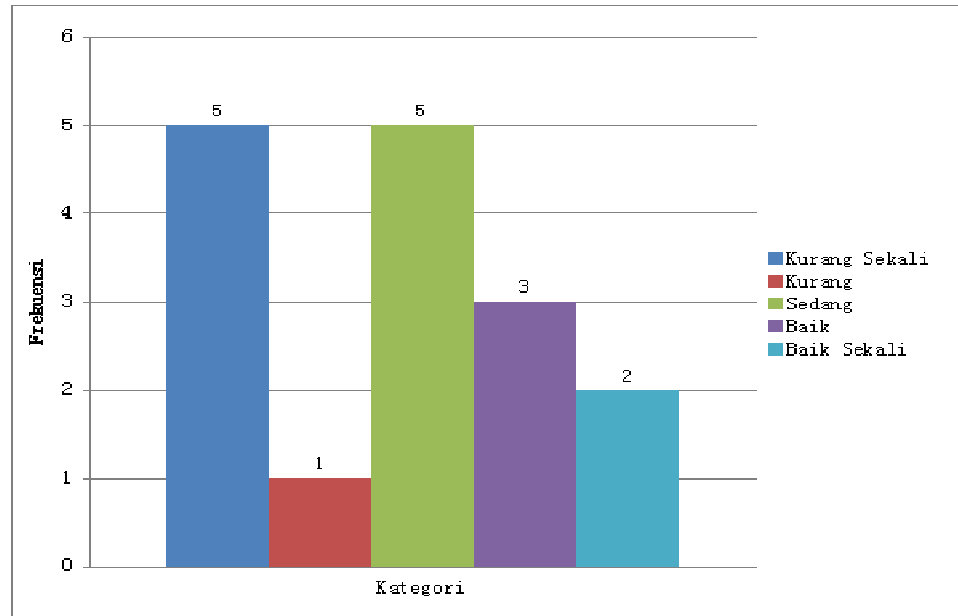
## 2. Hasil Tes Menggiring Bola (*Dribble*)

Dari hasil penelitian tes menggiring bola (*dribble*) diperoleh nilai maksimum sebesar 80; dan nilai minimum sebesar 64. Diperoleh *mean* = 8,3; *median* = 73; dan *modus* = 80; dan *standar deviasi* sebesar 5,2. Deskripsi hasil tes menggiring bola dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 5. Distribusi Tingkat Keterampilan *Dribble* Siswa Putra Peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara**

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
1	64 - 67	Kurang Sekali	5	31,25
2	68 - 71	Kurang	1	6,25
3	72 - 75	Sedang	5	31,25
4	76 - 79	Baik	3	18,75
5	80 - 83	Baik Sekali	2	12,5
Jumlah			12	100

Berikut ini adalah tampilan histogram dari data tabel di atas:



**Gambar 6. Tingkat Keterampilan *Dribble* Bola basket**

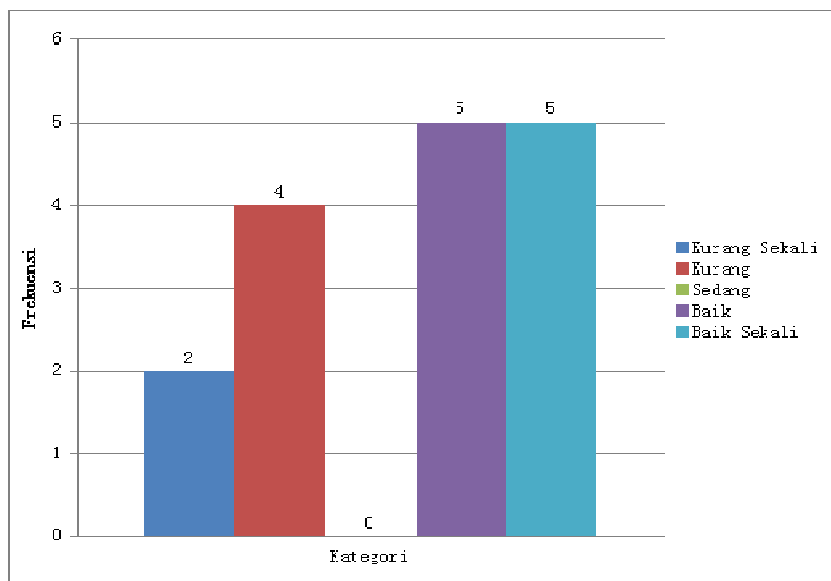
### 3. Hasil Tes Menembakkan Bola ke Ring (*Shooting*)

Dari hasil penelitian tes menembakkan bola (*shooting*) diperoleh nilai maksimum sebesar 79; dan nilai minimum sebesar 59. Diperoleh *mean* = 6,6, *median* = 74,5; dan *modus* = 79, dan *standar deviasi* sebesar 7,6. Deskripsi hasil tes menggiring bola dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 6. Distribusi Tingkat Keterampilan *Shooting* Siswa Putra Peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara (Anas: 2011).**

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Persentase
1	59 - 63	Kurang Sekali	2	12,5
2	64 - 68	Kurang	4	25
3	69 - 73	Sedang	0	0
4	74 - 78	Baik	5	31,25
5	79 - 83	Baik Sekali	5	31,25
Jumlah			16	100

Di bawah ini adalah histogram dari data di atas:



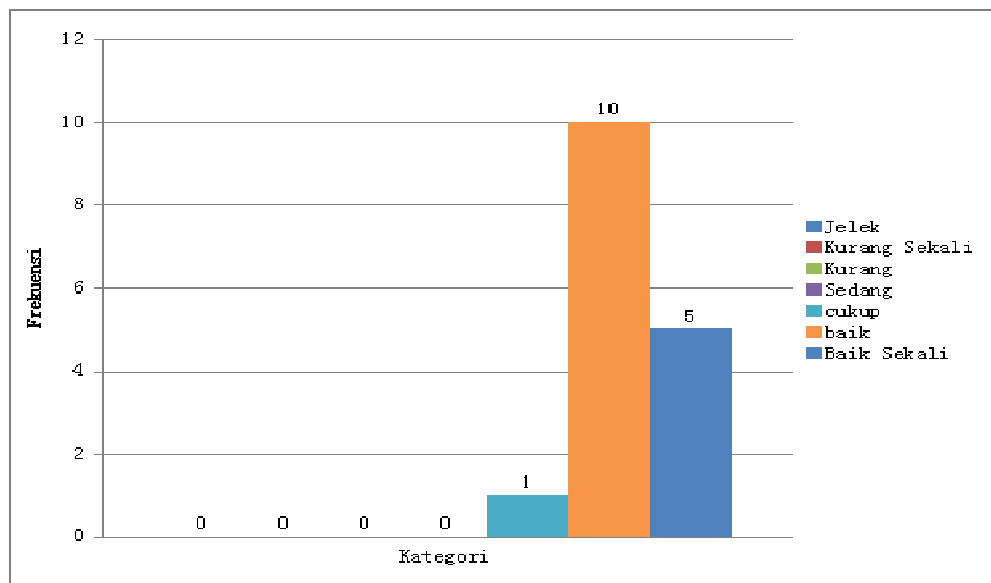
**Gambar 7. Tingkat Keterampilan *Shooting* Bola basket**

#### **4. Hasil Penelitian Tingkat Keterampilan Dasar Bola basket**

**Tabel 7. Distribusi Tingkat Keterampilan Dasar Bola basket Putra Peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara**

Jumlah T-Score	Penggolongan	<i>f</i>	<i>f</i> %
222 – ke atas	Baik Sekali	5	31,25%
193 – 221	Baik	10	62,5,5%
165 – 192	Cukup	1	6,25 %
136 – 164	Sedang	0	0,0%
107 – 135	Kurang	0	0,0%
79 – 106	Kurang Sekali	0	0,0%
78 – ke bawah	Jelek	0	0,0%
Jumlah		16	100%

Dari tabel di atas secara rinci dapat diketahui tingkat keterampilan dasar bola basket putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara, yaitu sebanyak 5 siswa atau 31,25% baik sekali, 10 siswa atau 62,5% baik, 1 siswa atau 6,25 cukup, 0 siswa atau 0,0% sedang, 0 siswa atau 0,0% kurang, 0 siswa atau 0,0% kurang sekali, 0 siswa atau 0,0% jelek. Di bawah ini adalah gambar histogram dari data tabel di atas:



**Gambar 8. Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola basket Putra Peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara.**

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan dan analisis data penelitian terlihat jelas bahwa rata-rata tingkat keterampilan bermain bola basket siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara rata-rata berada pada kategori “Baik” yaitu 10 siswa (62,5%) dari jumlah sampel 16 siswa. Hasil tersebut dapat dikatakan baik mengingat intensitas latihan yang teratur dan dengan panduan pelatih profesional.



Hasil penelitian secara rinci sebagai berikut:

### **1. Kategori Baik Sekali**

Hasil penelitian menunjukkan 5 atau (31,25%) siswa yang mendapatkan kategori “baik sekali”. Hal ini menunjukkan bahwa sesuai dengan adanya intensitas latihan dan motivasi saat pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler sehingga ada siswa yang mencapai kategori ini. Cara mempertahankan pencapaian ini yaitu yang harus dilakukan adalah siswa melakukan latihan yang rutin dan berkesinambungan didukung dengan motivasi dari dalam diri untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

### **2. Kategori Baik**

Hasil penelitian menunjukkan ada 10 siswa (62,5%) yang mendapatkan kategori “baik”. Siswa peserta ekstrakurikuler bola basket biasanya juga mengikuti latihan tim bola basket di luar sekolah. Jelas sekali bahwa intensitas latihan yang tinggi dan rutin, serta motivasi dan kesungguhan akan berpengaruh terhadap tingkat keterampilan bermain bola basket.

Sebagian besar siswa dengan kategori ini memiliki postur tubuh yang ideal, memang tidak ada siswa sangat tinggi tetapi mereka memiliki berat badan yang ideal sehingga lebih lincah dalam melakukan aktifitas jasmani. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan saat tes berlangsung, tingkat kognisi atau kecerdasan siswa juga terlihat saat melakukan tes shooting, siswa terlebih dahulu memantulkan bola ke papan pantul agar akurasi bola untuk masuk ke ring lebih besar.

### **3. Kategori Sedang**

Hasil penelitian menunjukkan ada 1 siswa (6,25%) memiliki kategori “sedang”. Ada beberapa peserta ekstrakurikuler dalam kategori ini yang mengikuti kegiatan latihan bola basket di luar jam ekstrakurikuler, dan beberapa lainnya adalah siswa yang menyukai aktifitas olahraga. Intensitas latihan yang rutin sangat berpengaruh dalam hal ini. Siswa masih perlu banyak berlatih agar tingkat keterampilan mereka dapat meningkat. Dilihat dari postur tubuh sebagian besar siswa juga memiliki postur yang ideal, tetapi juga ada beberapa siswa dengan postur tubuh gemuk. Dalam melakukan tes siswa dapat memecahkan masalah dengan strategi untuk mendapat nilai maksimal.

### **4. Kategori sedang**

Hasil penelitian menunjukkan 0 (0,0%) yang memperoleh kategori “sedang”. Hasil analisis menunjukan bahwa tidak ada peserta dalam kategori ini. Seperti penjelasan sebelumnya, bahwa kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Banjarnegara memiliki bermacam-macam kemampuan dari setiap peserta..

### **5. Kategori Kurang**

Hasil penelitian menunjukkan ada 0 atau 0,0 % siswa yang memperoleh kategori “kurang”. Hal ini menunjukkan bahwa walaupun sebagian besar siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 1 Banjarnegara tidak dilakukan tes kemampuan fisik lainnya.

#### **6. Kurang sekali**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 0 siswa atau 0,0% masuk dalam kategori kurang sekali, hal ini menunjukkan bahwa siswa peserta ekstrakurikuler di SMA N Banjarnegara sudah memahami dan mampu mempraktekan dengan baik.

#### **7. Jelek**

Hasil penelitian menunjukkan 0 atau 0,0% masuk dalam kategori jelek. Hal ini dikarenakan siswa peserta ekstrakurikuler bola basket sudah banyak yang terlatih dalam permainan bola basket.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa putra peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 1 Banjarnegara memiliki tingkat keterampilan bermain bola basket “Baik”, yaitu sebanyak 10 siswa peserta ekstrakurikuler bola basket atau (62,5 %).

Secara rinci hasil dari penelitian adalah, kategori sangat baik ada 5siswa (31,25%), kategori baik ada 10 siswa (62,5%), kategori cukup ada 1siswa (6,25%), kategori sedang ada 0 siswa (0,0%), kategori kurang ada 0 siswa (0,0%), kategori kurang sekali 0 atau (0,0%), dan kateegori jelek 0 atau (0,0%).

#### **B. Implikasi**

Dari kesimpulan di atas ada beberapa implikasi yang diperoleh, yaitu:

1. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi masukan yang bermanfaat bagi pelatih dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket sedangkan secara umum bagi guru pendidikan jasmani sebagai bahan kajian dan evaluasi untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bola basket siswa selama proses pembelajaran pendidikan jasmani dengan materi bola basket.
2. Dapat dijadikan bahan kajian bagi pelatih ekstrakurikuler bola basket dan guru pendidikan jasmani untuk menentukan program latihan dan metode mengajar yang tepat pada materi bola basket supaya tingkat keterampilan bermain bola basket siswa dapat meningkat.

3. Bagi siswa peserta ekstrakurikuler dapat mengetahui tingkat keterampilan bola basket yang dimiliki dan termotivasi untuk lebih meningkatkan keterampilannya dalam bermain bola basket.
4. Menjadi masukan atau referensi penulisan karya ilmiah bagi penulis di masa yang akan datang.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Penelitian yang dilakukan sudah diupayakan agar sesuai dengan maksud dan tujuan penelitian. Namun masih dirasakan adanya keterbatasan dan kelemahan dalam penelitian ini, antara lain:

1. Testee kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes keterampilan bola basket, karena dalam prosedur tidak ada sanksi yang diberikan kepada testee jika mereka tidak bersungguh-sungguh dalam melakukan tes.
2. Peneliti belum mengetahui apakah bola dan ring basket yang digunakan dalam penelitian sudah memenuhi standar ketentuan yang berlaku atau belum.

### **D. Saran**

Dari hasil penelitian dan kesimpulan yang diperoleh, maka penulis mengemukakan beberapa saran, antara lain:

1. Untuk lembaga atau sekolah harus lebih memperhatikan aktifitas jasmani bagi siswa, seperti menyediakan sarana dan prasarana yang layak digunakan dan memenuhi standar sehingga peserta didik termotivasi dalam proses kegiatan ekstrakurikuler bola basket.

2. Bagi pelatih ekstrakurikuler bola basket untuk lebih meningkatkan kreatifitas dalam memberikan materi. Metode yang digunakan dapat dimodifikasi agar siswa lebih tertarik sehingga lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Misalnya pelatih menyampaikan materi bola basket di dalam peserta menggunakan video yang dapat memberikan pemahaman bagi peserta ekstrakurikuler bola basket tentang teknik dasar permainan bolabasket. Dapat juga dengan memodifikasi permainan bolabasket agar lebih menyenangkan dan menarik tanpa merubah teknik-teknik dasar bolabasket yang menjadi fokus dari pembelajaran.
3. Siswa yang ingin meningkatkan keterampilan bermain bolabasket tidak hanya mengandalkan latihan pada saat jam pelajaran pendidikan jasmani saja, tetapi dengan melakukan latihan diluar jam pelajaran, misalnya dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket atau bergabung dalam tim bola basket. Sehingga dengan intensitas latihan yang rutin keterampilan bermain bola basket siswa akan meningkat.
4. Bagi peneliti selanjutnya, agar dapat melakukan penelitian tingkat keterampilan bermain bola basket dengan menambahkan atau mengganti variabel-variabel yang ada, meminimalkan keterbatasan dalam penelitian, dan memperluas lingkup penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agung Hartono&Sunarto. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arma Abdoellah. (1996). *Pendidikan Jasmani Adaptif*. Jakarta: DEPDIKBUD
- Among dan Saputra M,Y. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud
- Baharuddin. (2009). *Pendidikan dan Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Dedy Sumiyarsono. (2002). *Keterampilan Bola basket*. Yogyakarta: FIK UNY
- Frances H. Ebert. (1972). *Basketball Five Player*. America: W. B. Saunders Company
- FIBA. (2010). *Peraturan Resmi Bola basket 2010*. Diambil dari:  
<http://www.perbasi.or.id/index.php?ref=peraturan&kat=peraturanfiba>.  
Diakses pada tanggal 17 September 2012, pukul 20.00 WIB.
- Hal Wissel. (2004). *Basketball Step to Success*. America: Human Kinetics
- Kiswanto. (2011). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bola basket Siswa Putra SMA N 1 Temon Kabupaten Kulon Progo*. Skripsi: FIK UNY
- Mildred J. Barnes. (1976). *Women's Basketball*. America: Allyn and Bacon Inc
- Mimin dan Ahmad Hamidi. (2009). Kontribusi Layanan Supervisi, Kepemimpinan Kepala Sekolah, dan Fasilitas Pembelajaran Terhadap Kinerja Guru Pendidikan Jasmani SMPN Se-Kota Cimahi. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Volume 6, Nomor 1. Hlm.21.
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik SMA Kelas 1*. Jakarta: Erlangga
- Ngatman. (2001). *Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Nurin Eko Isgiyanto. (2011). *Tingkat Keterampilan Bermain Bolabasket Siswa Putra Peserta ekstrakurikuler bola basket dan Peserta ekstrakurikuler bola basketI SMA Negeri 1 Kalibawang Kabupaten Kulon Progo Tahun Ajaran 2010/2011*. Skripsi: FIK UNY
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press

Rusli Lutan. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: DEPDIKBUD

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta

(2011). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

Sudjiono, Anas.(2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Press

Sukardi. (2011). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Yogyakarta: Bumi Aksara

Sulistyo. (2010). Tingkat Keterampilan Bola basket yang Dimodifikasi Pada Siswa Peserta ekstrakurikuler bola basket SMA Piri 1 Yogyakarta Tahun ajaran 2008/2009. *Skripsi*: FIK UNY



# **LAMPIRAN**

**LEMBAR PENGESAHAN**

Proposal penelitian tentang

**“TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET SISWA  
PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI  
1 BANJARNEGARA PROVINSI JAWA TENGAH”**

Nama : Aji Satrio Bowo

NIN : 08601244013

Jurusan/Prodi : POR/PJKR

Telah diperiksa dan layak untuk diteliti

Ketua Jurusan

Yogyakarta 14 Mei 2014  
Dosen Pembimbing

Drs Amat Komari, M.Si  
NIP. 19620422 199001 1 001

Triani Hastuti, M.Pd  
NIP. 19620806 198803 1 001

Kasubag Pendidikan

Sutiyem, S.Si  
NIP. 19760522 199903 2 001

## Lampiran 2. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

Nomor : 678/UN.34.16/PP/2014  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

27 Oktober 2014

Yth. : Ka. Badan Kesbanglinmas  
Jl. Jenderal Sudirman No. 5  
Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Aji Satrio Bowo  
NIM : 08601244013  
Jurusan/Prodi : POR/PJKR  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : September s.d. Desember 2014  
Tempat/obyek : SMA Negeri I Banjarnegara  
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Bermain Bola Basket Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket SMA Negeri I Banjarnegara, Prop. Jawa Tengah.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan,

Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIR 19600824 198601 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA Negeri I Banjarnegara
2. Kaprodi. PJKR
3. Pembimbing TAS
4. Mahasiswa ybs.

## Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

		<p>(BADAN KESBANGLINMAS) Jl. Jenderal Sudirman No 5 Yogyakarta - 55253 Telepon : (0274) 551136, 551275, Fax (0274) 551137 YOGYAKARTA</p>	
		Yogyakarta, 27 Oktober 2014	
Nomor	: 074 / 2322 / Kesbang / 2014	Kepada Yth	
Perihal	: Rekomendasi Ijin Penelitian	Gubernur Jawa Tengah	
		Up. Kepala Badan Pematangan Medial Daerah	
		Provinsi Jawa Tengah	
		Di	SEMARANG
Memperhatikan surat :			
Dari	: Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY		
Nomor	: 678 / UN.34.16 / PP / 2014		
Tanggal	: 27 Oktober 2014		
Perihal	: Permohonan Ijin Penelitian		
Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan surat rekomendasi tidak keberatan untuk melaksanakan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul proposal : "TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1 BANJARNEGARA PROVINSI JAWA TENGAH", kepala :			
Nama	: Aji SATRIO BOWO		
NIM	: 08601244013		
CP	: 083743477724		
Prodi/Jurusan	: POR / PJKR		
Fakultas	: Ilmu Keolahragaan UNY		
Lokasi	: SMA Negeri 1 Banjarnegara, Provinsi Jawa Tengah		
Waktu	: September s/d Desember 2014		
Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan / fasilitas yang dibutuhkan.			
Kepada yang bersangkutan diwajibkan :			
1. Menghormati dan mematuhi peraturan dan tata tertib yang berlaku di wilayah riset/ penelitian,			
2. Tidak dibenarkan melakukan riset/penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul riset/penelitian dimaksud.			
3. Melaporkan hasil riset/penelitian kepada Badan Keshbanglinmas DIY.			
Rekomendasi Ijin Penelitian ini dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata penegang tidak mematuhi ketentuan tersebut di atas.			
Demikian untuk dijadikan maklum.			
			
Tembusan disampaikan Kepada Yth :			
1. Gubernur DIY (sebagai laporan);			
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY;			
3. Varsa Saranamakmur.			

### Lampiran 3. Surat Izin Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH**  
**BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH**

Alamat : Jl. Mgr. Soekopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 - 3547438 - 3541487  
 Fax : (024) 3549560 E-mail : bpmd@jatengprov.go.id http://bpmd.jatengprov.go.id  
 Semarang - 50131

---

**REKOMENDASI PENELITIAN**  
 NOMOR : 070/2250/04.2/2014

Dinas : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tanggal 20 Desember 2011 tentang Pedoman Pemberian Rekomendasi Penelitian;  
 2. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 74 Tahun 2012 tentang Organisasi dan Tata Kerja Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Terpadu Satu Pintu Pada Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;  
 3. Peraturan Gubernur Jawa Tengah No. 67 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Jawa Tengah sebagaimana telah diubah dengan peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 27 Tahun 2014.

Memperhatikan : Surat Kepala Badan Kemitraan Bangwa dan Perlingfungs Masyarakat Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor: 074/2322/Kesbang/2014 tanggal 27 Oktober 2014.

Kepada Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah, memberikan rekomendasi kepada :

1. Nama : Aji SATIRO DQWQ  
 2. Alamat : Singaserta Rt.001/Rw.001 Kel.Singaserta, Kec.Sigala, Kab.Banjarnegara, Provinsi Jawa Tengah.  
 3. Pekerjaan : Mahasiswa RI.

Untuk : Melakukan Penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan rincian sebagai berikut :

a. Judul Proposal : TINGKAT KETERAMPILAN DERMAIN BOLA BASKET SISWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1 BANJARNEGARA PROVINSI JAWA TENGAH.  
 b. Tempat / Lokasi : SMA Negeri 1 Banjarnegara, Provinsi Jawa Tengah.  
 c. Bidang Penelitian : Pendidikan jasmani.  
 d. Waktu Penelitian : November s.d. Desember 2014.  
 e. Penanggung Jawab : Triani Hastuti, M.Pd.  
 f. Status Penelitian : Baru.  
 g. Anggota Penelit :  
 h. Nama Lembaga : Universitas Negeri Yogyakarta.

Keterangan yang harus diisi adalah :

a. Setelah melakukan kegiatan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat setempat /Lembaga swasta yang akan di jadikan obyek belid;  
 b. Pelaksanaan kegiatan dimaksud tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat merugikan kestabilan pemerintahan;  
 c. Setelah pelaksanaan kegiatan dimaksud selesai supaya menyerahkan hasilnya kepada Kepala Badan Penanaman Modal Daerah Provinsi Jawa Tengah;  
 d. Apabila masa berlaku Surat Rekomendasi ini sudah berakhir, sedang pelaksanaan kegiatan belum selesai, perpanjangan waktu harus diajukan kepada instansi penonon dengan menyertakan hasil penelitian sebelumnya;  
 e. Surat rekomendasi ini dapat diubah apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan dan akan disahkan sesudah sebagaimana mestinya.

Semakin rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan segeranya.

Semarang, 03 November 2014



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH  
 BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH  
 PROVINSI JAWA TENGAH  
**BPMD**  
 ANUTAMA  
 Kepala Unitas Muda  
 006211987092001

### Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH**  
**BADAN PENANAMAN MODAL DAERAH**  
 Alamat : Jl. Mgr. Soegijopranoto No. 1 Telepon : (024) 3547091 - 3547438 - 3541487  
 Fax : (024) 3549560 E-mail : bpend@jatengprov.go.id http://bpend.jatengprov.go.id  
 Semarang - 50131

Surabaya, 03 November 2014

Nomor : 070/190  
 Lampiran : 1 (Satu Lembar)  
 Perihal : Rekomendasi Penelitian

Kepada  
 Bapak Hartonoegoro  
 a.k.a. Kepala Kantor Keshenggalan dan  
 Lintas Kals.Datjaregara

Yth.

Dalam rangka mempermudah pelaksanaan kegiatan penelitian bersama ini terlampir disampaikan Rekomendasi Penelitian Nomor. 170/2110/01.2/2014 Tanggal 03 November 2014 atas nama Aji RATHO BOWO dengan judul proposal SINGKAT KETERAMPILAN HUMAIR DOLA BASKET BAWA PUTRA PESERTA EKSTRAKURIKULER DOLA BASKET SMA Negeri 1 BANJAWANGARA PROVINSI JAWA TENGAH, untuk dapat ditindaklanjuti.

Demikian surat ini menjadi rekaman dan terlampir.

 **BPMD**  
 Kepala Badan  
 Hartonoegoro  
 206211987092001

Ditujukan:

1. Gubernur Jawa Tengah (Salinan Kopasur)
2. Kepala Badan Keshenggalan dan Lintas Provinsi Jawa Tengah
3. Kepala Badan Keshenggalan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
4. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
5. Bk. Aji RATHO BOWO
6. Asap.

### Lampiran 3. Surat Izin Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA**  
**BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH**  
 Jalan Dipayuda No. 30 A Telp. (0286) 591142 Faks. (0286) 591449  
**BANJARNEGARA 53414**

---

**SURAT REKOMENDASI RESEARCH/SURVEY**  
 NOMOR : 070 / 478 / BAPPEDA / 2014

I. Dasar : Surat dari Kepala Kantor Kesbangpolmas Kabupaten Banjarnegara Nomor : 070/434/Kesbangpolmas/2014 tanggal 5 Nopember 2014 perihal Permohonan Rekomendasi Ijin Penelitian a.n. **AJI SATRIO BOWO.**

II. Yang bertanda tangan di bawah ini :  
 Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Banjarnegara, menyatakan bahwa pada prinsipnya tidak keberatan atas pelaksanaan kegiatan penelitian pendahuluan/ penelitian/ pra-survey/ survey/ skripsi/ thesis/ disertasi/ observasi/ praktik lapangan/ karya ilmiah tersebut di wilayah Kabupaten Banjarnegara yang dilaksanakan oleh :

1. Nama	: <b>AJI SATRIO BOWO.</b>
2. Pekerjaan	: Mahasiswa UIN, Yogyakarta
3. Alamat Instansi	: Karingmaling, Yogyakarta
4. Alamat Rumah	: Ds. Singamerta Rt.01 Rw. 01 Kec. Sigah, Banjarnegara
5. Maksud dan tujuan	: Rekomendasi Ijin Penelitian dengan judul : <b>"TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN BOLA BASKET SISWA PUTRA PESERTA EKTRAKULIKULER BOLA BASKET SMA NEGERI 1 BANJARNEGARA PROVINSI JAWA TENGAH"</b>
6. Lokasi	: Kab. Banjarnegara
7. Penanggungjawab	: Triani Hastuti, M.Pd
8. Pelaksana	: <b>AJI SATRIO BOWO.</b>

III. Dengan ketentuan - ketentuan sebagai berikut :

- Bahwa pelaksanaan kegiatan tersebut di atas tidak disalahgunakan untuk maksud dan tujuan lain yang dapat mengganggu keamanan dan ketertiban masyarakat.
- Bahwa sebelum melaksanakan penelitian agar terlebih dahulu melaporkan pada Pejabat Wilayah/Kepala Dinas/Instansi setempat guna dimintakan petunjuk teknis seperlunya.
- Segala akibat yang ditimbulkan dalam penelitian ini menjadi tanggungjawab pemegang Ijin penelitian ini ;
- Bahwa setelah selesai melaksanakan kegiatan dimaksud diminta kepada yang bersangkutan **untuk melaporkan hasilnya secara tertulis kepada Bupati Banjarnegara c.q. Kepala BAPPEDA Kabupaten Banjarnegara** pada kesempatan pertama.
- Surat Ijin pelaksanaan Penelitian/Research/Survey ini berlaku dari tanggal 7 Nopember 2014 sampai dengan 7 Januari 2015 dan dapat diperbaharui kembali.

Dikeluarkan di : Banjarnegara  
 Pada tanggal : 7 Nopember 2014

**a.n. KEPALA BAPPEDA  
 KABUPATEN BANJARNEGARA;  
 KARTO, STATISTIK & MONEY  
 ul. Kausibid, Statistik dan Litbang**



**NARMANTO, STP**  
 NIP. 19620712 198507 1 002

**TEMBUSAN** : disampaikan kepada Yth.

- Kepala Bappeda Kab. Banjarnegara (Sebagai Laporan) ;
- Kepala Dindikpora Kab. Banjarnegara;
- Kepala SMAN 1 Banjarnegara Kab.Banjarnegara.

#### Lampiran 4. Petunjuk Pelaksanaan Tes

Penelitian diawali dengan memberikan pemanasan kepada testi untuk mengurangi resiko cedera saat melakukan tes. Urutan tes yang dilakukan adalah tes memantulkan bola ke tembok 15 detik, tes menggiring bola melewati rintangan, dan tes menembakkan bola ke ring 1 menit. Sebelumnya peneliti memberikan petunjuk yang harus dilakukan oleh testi agar tidak terjadi kesalahan saat melakukan tes. Tiap-tiap item tes dilakukan sebanyak 2 kali dan hanya diambil nilai atau hasil yang terbaik saja. Berikut adalah deskripsi pelaksanaan tes yang dilakukan :

##### **1. Memantulkan bola ke tembok**

Pada saat aba-aba “Siap” siswa berdiri dibelakang garis batas menghadap ke arah sasaran. Pada aba-aba “Ya” pantulkan bola ke arah sasaran sebanyak-banyaknya selama 15 detik. Pantulan yang syah apabila bola memantul pada garis atau dalam daerah sasaran dan dilakukan dari belakang garis batas. Dalam memantulkan bola boleh dilakukan dengan satu atau dua tangan. Jika bola tidak dapat dikuasai dan jauh dari garis batas, bola segera diambil dan kembali ke belakang garis batas untuk memulai pantulan berikutnya sampai waktu habis. Pelaksanaan berhenti setelah ada aba-aba “Stop”. Hitung pantulan yang syah selama 15 detik.

##### **2. Menggiring bola**

Pada aba-aba “Siap” siswa berdiri di belakang garis start, bola berada di tengah-tengah garis start. Setelah aba-aba “Ya” siswa segera mengambil bola dan menggiringnya sesuai dengan arah atau lintasan yang sudah ditentukan sampai kembali dan melewati garis finish. Dalam menggiring bola boleh berganti tangan asalkan sesuai dengan peraturan bermain bola basket. Pada saat melewati garis finish bola harus tetap digiring. Garis start juga merupakan garis finish. Kecepatan menggiring dihitung dari saat aba-aba



“Ya” sampai testi melampaui garis finish. Kecepatan menggiring dihitung sampai sepersepuluh detik.

### **3. Menembak Bola Ke Ring**

Menembakkan bola ke ring selama 1 menit. Testi berdiri bebas di dekat ring. Penilaian yang dilakukan adalah banyaknya bola yang dapat dimasukkan ke dalam ring selama satu menit. Apabila aba – aba stop telah diberikan sedangkan bola sudah lepas dari tangan dan masuk ke dalam ring, maka tetap dihitung satu poin.

Lampiran 5. Data Hasil Tes

<b>N</b>	<b>Passing</b>	<b>Shooting</b>	<b>Dribling</b>
<b>1</b>	26	20	13,2
<b>2</b>	24	25	10,15
<b>3</b>	20	27	9,14
<b>4</b>	26	24	11,16
<b>5</b>	19	22	9,2
<b>6</b>	20	19	10,27
<b>7</b>	26	25	9,28
<b>8</b>	19	20	11,05
<b>9</b>	21	23	12,32
<b>10</b>	25	25	13,2
<b>11</b>	26	24	10,15
<b>12</b>	24	23	9,3
<b>13</b>	20	27	11,15
<b>14</b>	24	24	9,2
<b>15</b>	21	20	9,25
<b>16</b>	25	20	10,1

Lampiran 6. Data *T-Score*

<b>N</b>	<b>Passing</b>	<b>Shooting</b>	<b>Dribling</b>
<b>1</b>	80	66	59
<b>2</b>	73	76	75
<b>3</b>	60	80	78
<b>4</b>	80	74	67
<b>5</b>	57	70	79
<b>6</b>	60	64	74
<b>7</b>	80	76	79
<b>8</b>	57	66	68
<b>9</b>	63	72	64
<b>10</b>	77	76	59
<b>11</b>	80	74	75
<b>12</b>	73	72	79
<b>13</b>	60	80	67
<b>14</b>	73	74	79
<b>15</b>	63	66	79
<b>16</b>	77	66	75

Lampiran 7. Foto Pelaksanaan Penelitian



Foto Bersama Siswa Peserta Ekstrakurikuler



Penjelasan Pelaksanaan Tes



Pelaksanaan Tes Dribble





Pelaksanaan Tes *Shooting*



Pelaksanaan Tes *Passing*